



Согласовано:
 Директор
 МОУ "СОШ № 6 им. Героя Советского Союза В.П. Грицкова."
 (подпись)

Утверждаю
 Директор
 ИП Смирнов И.А.
 (подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 161 руб.

« 20 » января 20 25

меню выбора

День 8: **Среда**
 Неделя: **Вторая**
 Возрастная категория: **7-11 лет**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	13,34	7,4	10,2	25,2	228,5
2008	434	МОЛОКО	200	24,00	6,0	5,0	9,4	109,6
2008		БАТОН	50	7,90	3,8	1,5	25,7	134,9
2008		ЯБЛОКО	100	15,00	0,4	0,4	9,8	45,5
Итого за прием пищи:			500	60,24	17,6	17,1	70,1	518,6

Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	13,95	0,7	0,1	2,3	13,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	18,30	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	9,02	3,2	3,8	36,1	196,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			780	91,56	25,8	24,1	112,4	790,8
Итого за день:				151,80	43,4	41,2	182,5	1 309,4
балансированность:				0,00	1	1	4	
возрастная категория:			12 лет и старше					

автрак								
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	16,69	11,5	12,5	37,2	315,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15	20,51	6,5	5,6	20,6	163,2
2008		ЯБЛОКО	120	18,00	0,5	0,5	11,8	54,6
Итого за прием пищи:			575	57,60	18,48	18,58	79,26	573,53

Обед								
2008	3	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	23,25	1,1	0,2	3,8	22,0
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	18,30	2,0	5,8	11,0	107,2
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	45,83	18,6	14,2	44,8	392,0
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	11,56	5,3	6,9	36,2	234,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,40	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
Итого за прием пищи:			850	103,40	28,3	27,3	114,0	837,3
Итого за день:				161,00	46,8	45,9	193,3	1 410,8
балансированность:				0,00	1	1	4	